



Fastenwochen im Frühjahr 2025

**Fasten zu Hause in Stainz,
mit professioneller Begleitung!**

In der Gruppe mit Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin **Karin Fedl**

INFOABEND: 12. Februar 2025
„Loslassen und Neustart mit FASTEN“

KOSTENFREI! BEGINN: 19 UHR, ORT: IN DER BIBLIOTHEK STAINZ, AM SCHLOSSPLATZ
IN KOOPERATION MIT DER GESUNDEN GEMEINDE STAINZ

Termin & Pakete

Heilfasten oder Basenfasten
14. – 20. März 2025

 **BASISPAKET**
Heilfasten

7 TAGE, 5 TREFFEN
KOSTEN: 248€/PERSON,
215€ FÜR WIEDERHOLER

 **BASISPAKET**
Basenfasten

7 TAGE, 5 TREFFEN
KOSTEN: 198€/PERSON,
144€ DETOX PAKET/PERSON

Anmeldung bitte bis 3 Wochen vor dem Termin!

Anmeldung per Email bitte an institut@karinfedlmassage.at, Informationen finden Sie auf der Homepage www.karinfedlmassage.at. Gerne können Sie mich auch telefonisch unter **0699/11391083** kontaktieren.

Ich freue mich, Sie beim Fasten begleiten zu dürfen!



Die Fastenwochen finden im **Karin Fedl – Massageinstitut** statt.
Kärntner Straße 29/3, 8510 Stainz, Tel: 0699/11391083

Programm März 2025

HEILFASTEN und BASENFASTEN in der Gruppe

mit Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin Karin Fedl

Freitag 14.3.2025 um 19.00 Uhr : Start in die Fastenwoche, an diesem Abend besprechen wir das Programm und ihr bekommt alle Infos, inkl. der Salze für die Entleerung

7 Tage Fastenprogramm:

tägliche Fastenimpulse am Handy und zusätzlich Email Infos

Samstag: 12.00 Uhr Verpflegung und Wanderung

Sonntag: 14.00 Uhr Wanderung und Körperanwendungen

Montag: individuelle Massagen möglich

Dienstag: 19.00 Uhr Themenabend online

Mittwoch: individuelle Massagen möglich

Donnerstag 7.30 Uhr für HF Fastenbrechen / **BF** Müsli,
anschließend Infos Aufbau tage



Zusatzangebot in der Fastenwoche:

Diesmal biete ich wieder **individuelle Massagen** an. Gerade beim Fasten ist die Unterstützung mit Massagen sehr wohltuend. Massagezeiten werden bekannt gegeben, Kosten 45 Min/ 57,00€.

Ich freue mich sehr, Euch beim Fasten begleiten zu dürfen, in der Gemeinschaft ist es immer ein besonders schönes Erlebnis. Anmeldung unter institut@karinfedlmassage.at oder mit Formular siehe www.karinfedlmassage.at, mit herzlichen Grüßen Karin Fedl.